

# 2023年热爱生活国旗下讲话演讲稿(模板5篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 热爱生活国旗下讲话演讲稿篇一

05月12日14时28分，这个让所有人刻骨铭心的日子，四川汶川发生了8.0级大地震，身在成都平原的我们也感受到了强烈的震感!地震骤临，从大地深处传来了巨大力量使无数房屋瞬间倒塌，无数生命被埋葬。

在这场灾难里，有6万多人的生命，被废墟永远的埋没。生命在这时显得脆弱不堪，抗灾抢险的战士们在废墟中奋力救援，他们尽自己最大的努力寻找着生命，在黑暗的废墟之中，有多少人痛苦地挣扎着，等待着，他们想要活下来!生存的意志支撑着他们挺过一天又一天，一个个生命的奇迹在废墟中诞生，因为他们热爱生活，所以他坚持着不放弃，终于在与死神的抗争中取得了胜利!

那么，幸存的我们又该怎样珍爱生命呢?

不需要太多壮词阔论的渲染，作为中学生，在过马路的时候，请在斑马线前多等几秒，在放学上学的路上，请不要并排骑行，也不要追逐打闹，遵守交通规则，就是珍爱生命。

认真学习，努力做好自己份内的事，让自己的每一天过得充实而有意义。这也是珍爱生命的表现。

不仅珍爱自己的生命，对大地上的所有生命都应尊重和爱惜，友好地和他人和平相处，温暖提醒他人。尊重他人，这些都是珍惜生命的行为。

珍爱生命，请相信每一个生命的存在都是一个奇迹，让我们带着那些遇难者对生存的梦想，珍爱自己的生命，实现我们的生存的价值。

人间大爱是以驱散寒冷，抚平伤痛，在这场灾难里，全世界都献出了爱心，因为有爱，我们的世界熠熠生辉。因为有爱，再大的苦难也不足以毁灭我们长存的精神，而爱的源泉，就是我们对生命的珍爱。

让我们一起尊重生命，珍爱生命，用自己的努力让生命变得更有意义！

热爱生活珍惜生命主题国旗下演讲稿

## 热爱生活国旗下讲话演讲稿篇二

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家早上好

一个热爱生活的人 挫折是什么？失败说：是被击倒后的眩晕！恐惧说：是成功的破绊脚石！懦弱说：是充满荆棘的道路！而我则要说：挫折是成功不可缺少的一部分！孟子曰：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，饿其体肤，空乏其身，行弗乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。”不是吗？挫折是一所最好的大学，他激发人的斗志，磨砺人的意念，增长人的才干，挫折是压力，是动力，是清醒剂，是催人奋进的力量！是的，生活需要挫折！

古往今来，多少人不是经历许许多多的挫折后才成为名垂千

古的名人贤士！翻开史册，贝多芬面对耳聋并没有被吓倒，而是发出了“我要扼住命运咽喉”的呐喊，无数经典的歌曲在他的手中诞生，终成一“乐圣”。面对罕见的疾病，史蒂芬·霍金并没有被吓倒，而是坚强，乐观的从事他所向往的研究工作，坚定的说“即使我只剩一根可以用的手指，我依然要搞我做热衷的工作！”正因为他的坚强，帮我们破解了一个又一个的宇宙密码。他的精神受到了全世界人民的赞扬！科学发明大王爱迪生，每十五天就有一项发明问世，但当他研制电灯是，失败的次数不计其数，可他却乐观的说：失败了算什么！至少我知道了一种不适合做灯丝的方法！合上史册，我们总结出一个道理：只有经历挫折的人才会成功！是挫折使他们平静的理想之湖荡漾起壮美的浪花；是挫折使他们和缓的心灵之曲，奏出雄壮的旋律，不是吗！挫折是一笔宝贵的财富，生活需要挫折！挫折坚韧之石，擦住希望之火；是希望之火，点燃理想之灯；是理想之灯，照亮前进之路；是前进之路，给人一积极向上的力量！朋友你还在为遇到挫折而苦恼吗？你还没有意识到挫折是宝贵的财富吗？真爱挫折吧！挫折是一笔宝贵的财富，生活需要挫折！是的-生活需要挫折！树因浓郁而苍翠，花因色彩而娇艳，人生因珍惜而美好！

每个人都追求快乐、幸福，而逃避灾难、悲伤，我们总是会为挫折而难过，为自己得不到幸福而伤心。设想，倘若我们的生活没有挫折、没有压抑，我们会去珍惜我们所拥有的幸福、会有感动以及得到解脱之后那种久违的喜悦吗？不！小时候的我常常感冒发烧，正临考试期间，我又一次倒下了，高烧不断，达到40度。我简直快要疯了，仿佛脑子里有一样东西在没命地挣扎。当时只有昏沉与我做伴，朦胧包围着我，我始终逃不出这个令人颤抖的圈。吃了药，挂了水，病情并未有多大好转。我担心，我气愤，我埋怨，为什么这世上会有病这种东西，为什么它会叫人如此受折磨，为什么受折磨的人偏偏会是我？一百个，一千个为什么在我心中打转。我所能做的，就只有躺在床上，睡不着，也笑不出来，一站起来就是一针天旋地转，人仿佛失去了重心。我向往外面的世界，恨透了这缠着我不放的病魔。此时此刻的我似乎整个身子，

甚至灵魂都被燃烧着，我在大火中拼命挣扎，就这样挣扎着。一直到一个星期以后，我的病好了。回到学校的时候，我置身于暖暖的阳光之中，我多么渴望这灿烂美丽的世界，我发现我的世界又出现了那片久违放晴的天空，也出现了我久违的笑容。

一切都是如此可爱，拥有生命，真好！我早已陶醉在又见到同学的兴奋与喜悦之中，我又可以高声地喊了，自由地跑了！我体验着从未有过的幸福。这样的生命才是多彩的，正因为有了挫折，才有了我对生活发自内心的热爱，才会感激所有赐予我幸福的人和事。我们应该感激挫折的力量，那种痛苦过后的快乐，煎熬过后的幸福是平静的生活永远无法实现的，因为我们需要挫折。记住：没有挫折的生活是残缺的。

总评：比较两篇作文，我感觉，第一篇作文像一个不知世事的男孩在那里挥着拳头喊口号，慷慨激昂，口若悬河，尽管他自己也不知道喊了些什么；第二篇作文却像一个文静秀气的女孩坐在灯下记日记，她从从容容地整理着自己的心绪，把过去的烦恼打了一个结，然后又在思考明天。比较这两篇作文，我想同学们一定有自己的思考。但我还是要强调，作文一定要有感而发，要有自己对生活的领悟，否则你写了一百个贝多芬也不是你自己的。瞎子阿炳的《二泉映月》之所以感人至深，就是他在其中倾注了自己一生的血泪。所以一定要写自己的感受，这才表明你对生活有了哪怕一点点真实的领悟，有了一点点进步，否则只好写一大堆豪言壮语，只好慷慨激昂地喊口号，也许有些老师会给你打高分，但那不是你真实的受用，只会越写越假的。

## 热爱生活国旗下讲话演讲稿篇三

自媒体红人木汁，曾写过这样一篇文章，它的标题《我为什么每一天变得这么丧》。

有一句话，感触颇深。

“你每一天加班加到深夜，又赶项目赶到面容枯槁，打车的时候司机师傅以为你刚刚吸完毒。”

莫名觉得好心丧，又很写实。

更丧的是，有一位读者留言说，“我才十六岁，我看到窗外的晚霞第一个念头是跳下去它会更红。”

够丧，够狠。

## 01

有人做过一个统计说，我们90%以上的人每一天都在笑，可是事实上80%+的我们并不欢乐。

因为丧。

可能大家都有过那么一段时间，生活真的好不顺：考证糊了，工作业绩漂了，女朋友跑了……真的不是说笑，更惨的是，房东像做仪式般很庄严地告诉你，明天要开始涨租金了。

是的，除了理解，你完全没有办法。

有时候是真的想纵身一跃，了却身后烦恼，但有些人真的好舍不得：

一想到他们，就觉得生活还很长。

你怂了，真的丧不起来。

## 02

丧的一批：

拿起手机就丧

坐上工位就丧

看到日渐减少的银行卡余额更丧……

我明白，你是真的不开心，可是说不出来，你只能用丧来告诉大家，你过得并不如意。

就像我，每次看到别人穷游日志的感悟都是：那么穷就别tm出去浪了。

可是我没有说出来，我会点个赞并留言：这地方真美！

毕竟人家已经够丧了，有些事就别拆穿了。

03

有的人，以前他说跪着挣钱很少，于是他也模仿那些优秀的人，试着站起来，结果饭碗就丢了。

有的人，明明白白别人长得好看，确实能够当饭吃，但就是想不通自我为什么老饿了。

有的人，整天对着娱乐头条bb“哎呀这个明星好可怜啊，天天要赶通告，上节目练习假笑”，因为他从来没有比较过，自我和别人的银行卡余额。

明明心里羡慕别人，边丧还边活得很好，可我们就是要继续装着可怜别人丧。

装着装着，不细心自我活成了别人眼里的真丧。

生活忙碌，只可是我们互相丧着，关于有意义的丧，关于没意义的丧。

记者问：“我们都看到这些历练，让你走向成功了。”

富翁说：“不是，之后我最终娶了一个有钱的老婆。”

是吧，生活以往那么丧，你开始不丧了，那是因为你有了底，厚实的物质的底。

我们凡人，大抵运气都没有富翁那么好，大抵家里都是没有矿的，大抵，也没有亿万家产要继承吧。

就像小时候，你被教育说不要追求金钱，还嘲笑那些有钱人，说他们穷的只剩下钱。长大后你会发现，此刻自我穷的连钱都没有。

承认吧，挣钱要紧，顾不上去丧了。

## 04

攒够了丧，就离开吧！

总不能再去把生活不下去的念头，也给攒够了。

你总要明白，没有几个人，愿意听你分享丧的生活，你必须把自我活精彩了。

别再温水煮青蛙了，你煲不起剧叫不起外卖玩不起游戏，因为vip很贵，因为配送费很贵，因为正版游戏很贵。

亲爱的，别丧了。

想到有一天，爸妈会变老，那个让你觉得最踏实的港湾，再也没有了的时候，你再好好生活，好好奋斗，都来不及了。

你要跑很远的路，你还要去见一个很爱很爱的人。

不能丧。

05

不努力的女孩，会有买不完的地摊货，还有顺带逛不完的菜市场。

我超怕这句话。

又一天过去了，你今日过得怎样样啊，梦想是不是更远了

脱单了吗别告诉我单身没有关系，以后你单身的日子还长着呢。

毕业方向定了吗不要再说自我，条条道路通罗马了，你最好的朋友同学乃至小师弟小师妹，他们就生在罗马。

你是不是要学比尔盖茨，休学创业啊你明白吗，人家休的是哈佛大学。

过来，给你个拥抱。

算了，我开玩笑的，说的好像给你一个拥抱，就能助你立刻登上人生巅峰，迎娶白富美似的。

但你必须要相信，你来人间一趟，必须必须不是来丧的。

你该好好享受阳光、雨露和你的爱。

这句话，是真的。

## 热爱生活国旗下讲话演讲稿篇四

敬爱的老师，亲爱的队员们大家好！今天我讲话的题目是



《做一个持之以恒的人》。一个文质彬彬，充满才气，富有冒险精神，对朋友真诚、友善的小男孩伴着他那传奇的经历，征服了全球亿万读者。你知道他是谁吗？他就是哈利波特，英国女作家jk罗琳所创作的“哈利波特系列小说”中的主人公。你想知道jk罗琳是怎样完成这部小说的吗？和其他作家一样，年轻的罗琳酷爱写作，是一个天真浪漫、充满幻想的英语教师。幸福的家庭，称心的工作都足以让罗琳满足。可没想到，甜蜜的家庭、美满的婚姻和理想的工作在一瞬间变成了昨日云烟。丈夫离她而去，工作没有了，居无定所，身无分文，再加上嗷嗷等哺的女儿，罗琳一下子变得穷困潦倒。但是，家庭和事业的失败并没有打消罗琳写作的积极性，用她自己的话说：“或许是为了完成多年的.梦想，或许是为了排遣心中的不快，也或许是为了每晚能把自己编的故事讲给女儿听。”她成天不停地写呀写，有时为了省钱省电，她甚至呆在咖啡馆里写上一天。就这样，第一本《哈利波特》诞生了。

然而，罗琳向出版社推荐这本书的时候，却遭到了一次又一次的拒绝，没有谁对这本写给孩子的童话书感兴趣。可罗琳并不气馁，直到英国学者出版社出版了第一本《哈利波特》创下了出版界的奇迹，被翻成35种语言在115个国家和地区发行，引起了全世界的轰动。罗琳成功了，可谁又知道，这成功的背后包含着多少辛勤的汗水和艰难。

同学们，这个故事让我们看出：成功的道路并不是一帆风顺，但只要我们有信心、有热情、有目标、能够持之以恒地坚持努力，成功就会一步一步向我们走来。我的讲话完了，谢谢大家！

## 热爱生活国旗下讲话演讲稿篇五

亲爱的老师、同学们：

大家早上好！

今天我演讲的主题是远离烟草、珍爱生命！

从1989年起，每年的5月31日被定为“世界无烟日”。

烟草危害是当今世界严重的公共卫生问题之一。众多的科学证据表明，吸烟和二手烟暴露严重危害人类健康。世界卫生组织的统计数字显示，全世界每年因吸烟死亡的人数高达600万，即平均每6秒钟有1人死于吸烟相关疾病；如果不加控制，这一数字到时将达到1000万。吸烟者中将会有一半因吸烟提早死亡；因二手烟暴露所造成的非吸烟者年死亡人数约为60万。烟草燃烧后产生的气体混合物称为烟草烟雾。烟草烟雾中含有至少69种已知的致癌物，这些致癌物被吸入人体后会引发基因突变，进而导致恶性肿瘤的发生。烟还可对呼吸系统造成严重危害，并且还含有多种可导致心脑血管疾病的物质。

卷烟是最为常见的烟草制品。在过去的五十年中，烟草业对卷烟设计进行了多种改变，包括加装过滤嘴、推出“低焦油卷烟”和“中草药卷烟”。大量科学证据表明，这些“新型卷烟”不但没有降低吸烟者的患病及死亡风险，反而会诱导吸烟并削弱吸烟者戒烟的意愿。对此，广大公众应该有清醒的认识：不存在无害的烟草制品，只要吸烟即有害健康。

吸烟不仅使自己的健康受到严重的影响，而且也使周围无抽烟习惯的人成了直接或间接的受害者。吸烟者在吸烟时吐出的烟草烟雾以及卷烟燃烧时产生的烟草烟雾弥散在空气中，即形成二手烟。二手烟中含有大量有害物质及致癌物，不吸烟者暴露于二手烟同样会增加多种吸烟相关疾病的发病风险。大量研究结果证明二手烟暴露可以导致肺癌、烟味反感、鼻部刺激症状和冠心病。每天平均1小时的被动吸烟就足以破坏动脉血管。调查显示，在中国被动吸烟的主要受害者是妇女和儿童，尽管她们自己并不吸烟，但经常在家庭、公共场所遭受他人吸烟的危害。55%的15岁以上女性每天都遭受被动吸烟的危害。儿童由于缺乏自我保护能力，被动吸烟情况更为严重。一些与吸烟者共同生活的女性，患肺癌的几率比常人

多出6倍。

全球有13亿烟民，其中9亿人在发展中国家。中国是烟草生产和消费大国，生产和消费均占全球三分之一以上。中国约有3.5亿吸烟者，而且中国烟民正趋于低龄化，青少年吸烟人数高达5000万。不久前，一项针对青少年烟草使用情况的调查显示，中国有20%以上的中学生尝试过吸烟，近92%的学生认为吸烟肯定会损害健康，但仍有22%的男生和4%的女生表示可能或肯定会在今后吸烟。

作为全球最大的吸烟国，中国正面临着严峻的挑战。当发达国家的烟草商因在本国受到限制与责难，千方百计地向中国和发展中国家推销香烟、诱惑青少年吸洋烟时，我们广大青少年决不能“误上贼船”。为了使人们意识到吸烟所带来的各种各样的危害，各国政府都在不遗余力地宣传“吸烟有害健康”，我国就有禁止香烟广告的规定，各地也陆续制定了有关于公共场合禁止吸烟的专项法律法规，联合国也特别制定了每年的5月31日为“世界无烟日”。目的是创造一个清新、环保、绿色的“地球村”，让全人类的生活环境变得更健康、更美好！

提神不妨清茶；消愁不如朋友；若吸烟，又何苦？让我们一起携手，共同努力，营造一个无烟家庭、无烟校园、无烟社会！

我的演讲到此结束，谢谢大家！